

FRANCESCA TILOCA

Mi presento: mi chiamo Francesca Tiloca e sono una Fisioterapista, libera professionista, iscritta regolarmente al n° 2531 dell'Albo dei Fisioterapisti, presso l'Ordine TSRM PSTRP di Milano Como Lecco Lodi Monza-Brianza Sondrio.

Ho conseguito la Laurea in Fisioterapia cum laude nel 2017 presso l'Università degli Studi di Sassari, e ho deciso poi di specializzarmi in Terapia Manuale e Fisioterapia Neuro- Muscolo-Scheletrica, ottenendo nel 2020 a pieni voti il titolo di Master Universitario di I Livello (TMFM) in collaborazione con il GSTM (Gruppo di Studio della Terapia manuale e della Riabilitazione Muscoloscheletrica) presso la sede didattica di Milano.

La formazione e l'aggiornamento costante mi hanno permesso di allinearmi ad una cultura incentrata allo Sviluppo Professionale Continuo basato ed ispirato alla miglior Evidenza Scientifica disponibile.

Sono oggi una professionista sanitaria specializzata nella valutazione e nel trattamento dei vari disordini neuro-muscolo-scheletrici, attraverso l'utilizzo del ragionamento clinico, dei criteri di appropriatezza clinica e delle strategie terapeutiche più idonee.

Il mio intervento segue un approccio bio-psico-sociale, ossia orientato all'individuo nella sua salute globale, seguendo le sue specifiche necessità; per questo ritengo siano fondamentali una chiara comunicazione ed una solida relazione terapeutica.

Collaboro, ogniqualvolta necessario, con altre figure professionali sanitarie e non, perché credo nel lavoro multidisciplinare.

Mi occupo nello specifico del trattamento delle più comuni problematiche legate al dolore in tutte le sue forme, che incidono negativamente sulla vita di ogni giorno e che possono causare deficit funzionali- disabilità, stress, paure e conseguenti alterazioni nei meccanismi di percezione del nostro corpo.

Si tratta di un lavoro complesso che parte dall'individuazione delle cause all'origine del problema e procede con l'eliminazione dei fattori che contribuiscono al mantenimento del dolore, la rieducazione del paziente e l'applicazione di tecniche di terapia manuale, affiancate sempre dalla pratica dell'esercizio terapeutico, fondamentale per ottenere e mantenere i risultati.

Inoltre mi occupo più in generale di rieducazione posturale e controllo motorio, riabilitazione post traumatica e post chirurgica.

Ricevo su appuntamento presso lo studio Kosmos ed effettuo su richiesta trattamenti fisioterapici a domicilio.